☛ *Med detta nummer följer en bilaga.*

HELSOVÄNNEN

Årg. 8. 1893. **Annonsbilaga.** N:r 2. 16 Januari.

Annonspris: 30 öre för finstilsrad (första sidan 45 öre).
Utländska annonser: förhöjning med 33 $^1/_3$ proc.

Prenumerations-Anmälan.

Denna tidskrift kommer att innevarande år utgå efter samma plan och i samma omfång som i de föregående 7 årgångarne, d. v. s. med ett häfte om minst ett tryckark den 1 och 16 i hvarje månad, hvarjämte i tvångsfria häften tidskriften åtföljes af

En rikt illustrerad gratisbilaga, som blir en

Läkarebok för alla,

i det att däri skall afhandlas **människan i friskt och sjukt tillstånd.**

Vi vilja i denna bilaga afhandla så mycket af läran om vår kropps byggnad och förrättningar, som behöfves för att förstå, hvad vi veta om de sjukliga rubbningarne i kroppen, hvilka skola i korthet beskrifvas. Därjämte vilja vi meddela hvad vetenskapen vet rörande orsakerna till sjukdomarne, och de däraf följande reglerna rörande deras förekommande. Slutligen vilja vi ock meddela råd rörande sjukdomars botande, först och främst såvidt detta kan ske genom ett klokt och rätt användande af de medel, som stå hvar man till buds, nämligen **diet, luft, vatten, kroppsrörelse, idrott, massage** *och* **gymnastik** *samt* **moralisk-själisk inverkan.** *S. k. medikamentsbehandling anse vi i allmänhet ligga utanför vårt arbetes område; utvärtes användbara medel samt de medel för inre bruk, hvilka tillhöra vanliga s. k. husapotek, skola vi dock taga hänsyn till. Rörande yttre åkommors behandling skola vi meddela, hvad som ingår i s. k.* **samaritkurser.**

I Helsovännens hufvudnummer skola afhandlas såsom hittills frågor på **helso- och sjukvårdens områden** *med särskild hänsyn till de ämnen, som för dagen äro af större vikt, eller som ligga tidskriftens prenumeranter på ett synnerligt sätt om hjärtat.* **Nyheter, bokanmälningar,** *kostnadsfria svar i* **brefládan** *komma att såsom hittills ingå i tidskriften, hvari ett enda råd ofta torde vara mer värdt än hela prenumerationsafgiften för året.*

Bidrag *till tidskriften* **äro lofvade af många läkare,** *hvaribland kunna nämnas professorerna* Sev. Ribbing, E. Almqvist. Kl. Linroth, *d:rna* Emil Nilsson, Hj. Selldén, Henrik Berg, P. Silfverskjöld, R. Hogner *m. fl.*

Prenumeration *kan göras* **å alla rikets postkontor** *(äfven* **Stockholms)** *samt hos herrar bokhandlare; i Stockholm äfven på* **Helsovännens expedition, Kungsgatan 16.**

I **öfriga skandinaviska länder** *kan prenumeration äfven ske å posten. Från* **Nord-Amerika** *måste prenumeration göras direkt hos redaktionen med 1 doll., då tidskriften försändes under korsband.* **Priset** *är: i* **Sverige, Norge** *och* **Danmark** *2 kr. 50 öre för år; i* **Finland** *å posten 4 mark 21 penni för år.*

Prenumerantsamlare *antagas; de erhålla tidskriften à 2 kr. för år, när minst 5 exemplar pr kontant reqvireras* **under en och samma adress;** *exemplaren sändas då under korsband. Hvarje ytterligare exemplar, som önskas under samma adress, kostar 2 kronor. För utlandet tillkommer dock vid korsbandsförsändelse postporto med 5 öre pr nummer eller 1 kr. pr årgång. —* **Annonser** *mottagas.*

Obs. Ingen facktidskrift i vårt land lämnar, såvidt vi veta, så mycken text i förhållande till priset som Helsovännen.

Stockholm i Januari 1893.

Redaktionen.

Stor prisnedsättning

å Helsovännens årgångar 1887, 1888 och 1889.

För att bereda utrymme å lagervinden realiseras ett återstående mindre lager af förenämnda äldre årgångar af Helsovännen för ett ytterligt nedsatt pris, nämligen **1 kr. pr årgång** samt då de tagas på en gång **2 kr. 50 öre för alla 3 de nämnda årgångarne.** De säljas alltså till en tredjedel af det ursprungliga priset.

Obs. Dessa årgångar kunna vara en **lämplig gåfva till socken-, skol- och läsebibliotek. — Likvid** sändes bäst genom postanvisning. Skrif därå tydligt namn och postadress.

Obs. För **utlandet** tillkommer 50 öre i postporto för hvarje årgång. (15) **Helsovännens expedition,** *Stockholm.*

I bokhandeln har utkommit från Helsovännens förlag à 1 kr. 75 öre:

Mannens Släktlif.

Tredje öfversedda och tillökta upplagan.

Obs. *Af denna bok hafva två upplagor på tillsammans 10,000 ex. blifvit utsålda på 2 år.*

Obs. *Denna bok har 29 teckningar och en tafla utan text.*

Arbetet utsändes under korsband vid direkt rekvisition pr kontant från (18) **Helsovännens Expedition,** *Stockholm.*

HELSOVÄNNEN

TIDSKRIFT FÖR

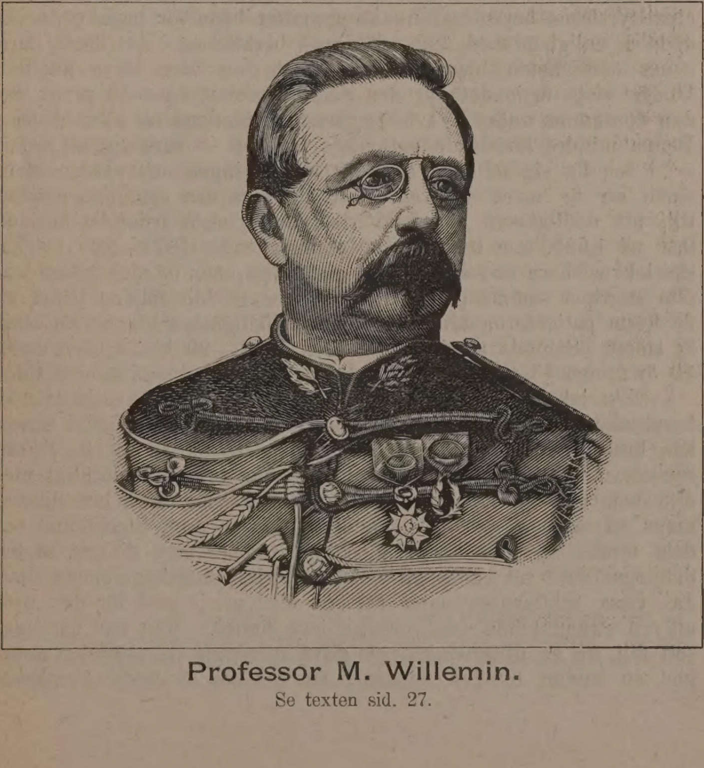
ALLMÄN OCH ENSKILD HELSOVÅRD.

Årg. 8. 1893. | UTGIFVARE D:r E. W. WRETLIND. | N:r 2. 16 Jan.

Pris i Skandinavien: 2 kr. 50 öre för helt, 1 kr. 50 öre för halft år.

Innehåll: Om skarlakansfebern och dess bekämpande. — Den nuvarande mansdräkten från hälsans synpunkt af d:r *Henrik Berg.* — M. Willemin (med porträtt). — Ny teori om koleran. — Smärre meddelanden: Sjukligheten i riket under December 1892; Kola och Lakola. — Breflåda. — Annonser.

Bilaga: Läkarebok för alla, 1:sta häftet.



Professor M. Willemin.

Se texten sid. 27.

Om skarlakansfebern och dess bekämpande.

I förra numrets första artikel framhöllo vi, att difteri och skarlakansfeber för närvarande äro vårt lands mest förödande farsoter. Om difterien och dess motarbetande hade vi äfven en särskild artikel af Stockholms förste stadsläkare. Vi vilja i dag säga några ord speciellt om skarlakansfebern, hvartill vi hafva speciell anledning därigenom, att denna farsot nu är särdeles utbredd i hufvudstaden och äfven stadd i tillväxt i det öfriga riket. Vanligen är det också November, December och Januari månader, som äro mest utsatta för skarlakansfebern, hvilken sedermera aftager nästan oafbrutet till i Augusti, då den åter börjar tilltaga, alldeles såsom difterien. Under årtiondet 1881—90 afledo i riket enligt statistiska byråns berättelser i denna farsot ej mindre än 23,578 personer eller nästan lika många som i difteri 25,402. Det föregående årtiondet var dock siffran ännu högre eller 34,543; åren 1861—70 var antalet döda blott 28,836. Städerna och framförallt Stockholm härjas mest, sannolikt på grund af det lättare tillfälle för smittans spridning, som där finnes. Då under det sista årtiondet aflidit på landsbygden 0,47 på 1,000 af befolkningen, afledo i landsortstäderna 0,62 och i Stockholm 0,71 på 1,000. — I medicinalstyrelsens berättelser finnas uppgifter både för insjuknade och döde i enlighet med ämbetsläkarnes berättelser. Att döma däraf synes dödligheten bland de insjuknade nu vara lägre än förr. Under sista årtiondet var den nämligen blott nära 13 proc., medan densamma under de två föregående årtiondena var nära 20 proc. Denna mindre förödande natur hos farsoten — vare sig att denna är i och för sig mildare, eller att behandlingen och vården af de sjuke nu är mera verksam — torde vara den egentliga orsaken till, att dödligheten för hela riket under sista årtiondet är blott 0,50 på 1,000, mot 0,78 under det föregående (1871—80). — För skarlakansfebern äro alla åldrar mottagliga, men då sjukdomen icke ofta angriper samma person flera gånger, så blir följden häraf, att de flesta patienterna äro barn och att dödligheten bland dem också är störst. Sålunda afledo under åren 1881—90 bland barn under 10 år 2, men bland äldre blott 0,05 på 1,000 personer i samma ålder.

Skarlakansfebern har egentligen först under de sista två århundradena framträdt för Europas folk såsom en särskild farsot; han beskrefs första gången noga omkring 1660 af en engelsk läkare, Sydenham. Och då han kom till Europa ungefär samtidigt med difterien, och då de bägge farsoterna alltsedan trifts bra tillsammans, så att de dels gå samtidigt (såsom nu i Stockholm) och dels förena sig med hvarann (skarlakansfeber med difteri), så har det legat nära till hands att antaga en viss frändskap dem emellan. Ja, vissa iakttagelser hafva till och med gifvit stöd för den tron, att en sträng gräns dem emellan icke finnes. Man har nämligen sett fall, då en difterisjuk synts gifva anledning till skarlakansfeber hos en annan, hvilken senare i sin tur hos en tredje framkallat

difteri. Difterismittan (Löfflers bacill) anses visserligen nu känd, men skarlakansfeberns bacill har ännu ingen sett. Därför ligger den möjligheten öppen, att det är en eller annan varietet af den förra sjukdomens bacill, som framkallar den senare sjukdomen. Ja, man kan till och med misstänka, att den vanliga s. k. halsflussen är en nära släktinge till de bägge nämnda, eftersom skarlakansfeber-epidemier ofta föregås af mera utbredda och häftiga halsflusser, hvarjämte ju inflammation i svalget är ett af skarlakansfeberns första symptom.

Smittan till farsoten kan gå direkt från en sjuk person till en annan frisk sådan, men den kan äfven föras af en tredje person, som själf icke insjuknar, ja den kan föras långa vägar genom persedlar, som begagnats eller handterats af en sjuk. Huru länge smittan kan bibehålla sin lifskraft vet man icke, men nog kan det vara under både dagar och veckor. Härpå beror tydligen svårigheten att hindra denna smittas spridning och kvarblifvande i samhället. Allt hvad som i vårt förra nummer sades om difterismittans spridning och bekämpande kan föröfrigt tillämpas äfven på skarlakansfeberns. De bägge smittorna ha visat sig gå samma vägar och vara lika svåra att bekämpa, ehuru skarlakansfeber-smittan kanske icke så ofta sätter sig för längre tid fast i samma hus som difteri-smittan. Med luften, utan förmedling af personer eller persedlar, synes den förra smittan spridas lika litet som den sednare.

Ehuru vi icke säkert veta, hvar ingångsporten i kroppen för skarlakansfeber-smittan är, tala ofvan anförda förhållanden för, att det är munnen och svalget. De i förra numret gifna råden till munnens och svalgets renhållning under difteriepidemier hafva därföre äfven här skäl för sig. Till denna sköljning och gurgling kunna användas alla de tinkturer, som säljas under namn af tandtinkturer, ty de innehålla alla mer eller mindre af smittdödande ämnen.* Men vid en gängse epidemi må man också tänka på hudens vård hos barnen. Skarlakansfebern är en utslagsfeber, som har sitt namn af den skarlakansröda hudfärg, som hela kroppen får i normala fall. Efter ett eller flera dygns allmänt illamående (sjukdomens groningstid) får patienten ett dygns häftig feber, hvarefter utslaget bryter fram först på halsen, bröstet och sedan på hela den öfriga kroppen utom i ansiktet samt å händernas och fötternas insidor. All sannolikhet finnes sålunda för, att smittämnet drifves till huden och på denna väg aflägsnas utur kroppen. Härvid är det otvifvelaktigt af stor vikt, att huden är kraftig i sin verksamhet. Men en god hudverksamhet erhålles enklast och lättast genom *hudens vård medelst vatten,* alltså genom tvättningar och bad. För barn är det alltid, men särskildt då en epidemi af skarlakansfeber är gängse, därföre till nytta att ofta — dagligen eller hvarannan dag vid uppstigandet på morgonen — tvätta öfver hela

* Ett bra och angenämt medel är angifvet i denna tidskrift 1890 sid. 351, bestående af Saccharin $1/2$ gm, Dubbelt Soda 1 gm, Salicylsyra 4 gm lösta i Sprit (eller Ratania-tinktur) 200 gm. — Häraf tages en tesked till ett dricksglas vatten för munnens sköljning och gurgling.

kroppen med en i kallt vatten (15 à 20° C.) doppad handduk. Ett ljumt (34 à 36° C.) reningsbad hvar eller hvarannan vecka må därjämte gärna användas. Skillnaden mellan en person med väl vårdad och en med illa vårdad hud i en utslagsfeber kan sägas vara densamma som mellan en kanal med öppna och en med stängda slussportar gentemot en öfversvämmande och framstörtande flod.

En dylik förberedande träning, om vi så få säga, af barn med vatten har också den nyttan, att de vänjas vid vattenbehandling, hvilket kommer dem till godo, om sjukdomen angriper dem. Ty vid få andra sjukdomar har man så enstämmigt som vid skarlakansfebern funnit, att den bästa sjukbehandlingen är med vatten under form af kallvåta bestrykningar och inpackningar, upprepade flera gånger dag och natt, mer eller mindre intensivt och uthålligt, när febern är på sin höjdpunkt och efter feberns större eller mindre häftighet. Några säkert verkande invärtes medel till smittämnets dödande äro icke kända. — Men utom det kalla vattnet hafva vi ännu ett verksamt medel till sjukdomens både förekommande och botande. Detta är *frisk och ren luft.* Rörande mässlingen har prof. Linroth härstädes gjort undersökningar, som bevisa, att dödligheten genom denna farsot är störst bland barn i trångbodda familjer, d. v. s. där luften i rummen är dålig. Sannolikt skulle en undersökning rörande skarlakansfebern leda till ett likartadt resultat, om än det måste erkännas, att smittan i olika sjukdomsfall är af mycket olika häftig och stark natur. — Frisk luft är en för alla lätt tillgänglig och billig medicin, om blott denna medicin åtnjöte det förtroende den förtjänar, och icke misstänktes göra ondt i stället för godt, så att man vågade öppna både kakelugnsspjäll och ventiler, dörrar och fönster i själfva sjukrummet, ehuru den sjuke ligger där i sängen. En duk öfver den sjukes ansikte och möjligen ett extra täcke på honom är allt, som behöfves under äfven den grundligaste utvädring. Genom sådan skulle många febersjukes lif räddas, som nu duka under, vare sig fråga är om skarlakansfeber eller andra smittosjukdomar. Men det dröjer länge, innan fruktan för »förkylning» tillåter den friska luften att få sin rätt. Särskildt vid skarlakansfeber har man vid fall, som efterföljas af njurinflammation med vattusot, plägat skjuta skulden på »förkylning» genom luft eller vatten. Men erfarenheten visar, att dylik eftersjukdom — likasom äfven åtskilliga andra — beror mera på epidemiens art eller patientens förut varande hälsa än på den använda behandlingen. Ty olika epidemier, likasom olika fall, äro mycket olikartade. Somliga patienter kunna hafva sjukdomen så lindrig, att de gå uppe hela tiden och endast af den efterföljande hudfjällningen ses tydligt, att fallet dock var en skarlakansfeber. Andra få däremot ett så häftigt angrepp, att de aflida liksom genom förgiftning, innan ens utslaget är fullständigt. I dylika svåra fall hjälper ingen slags behandling, den må vara än så omsorgsfull.*

* Detaljerad beskrifning af såväl *Skarlakansfebern* som *Difterien* finnes i två små skrifter à 30 och 35 öre, utgifna af Helsovännens utgifvare på A. V. Carlssons förlag. De kunna rekvireras äfven från Helsovännens expedition.

Den nuvarande mansdräkten från hälsans synpunkt.

Af d:r Henrik Berg.

Vår tid är en öfvervägande praktisk tid. Det är anmärkningsvärdt, hurusom i vår tid uppfinningarna, särskildt på naturvetenskapernas område, tillämpas. Man gör uppfinningar med användning af elektriciteten, och man använder denna också med tillämpning på våra mekaniska insikter. Man skryter af, att vår tid är ett realistiskt tidehvarf. Men just i denna fråga: *Huru bör en man kläda sig?* står man ännu på det oklara. Det är icke de, som äro eller borde vara fackmän — läkare och fysiologer — som få bestämma klädedräkten, utan *modet*. Det är denna obekanta storhet, det oändligt nyckfulla och växlande, regellösa, tillfälliga modet, som gör sig till härskare. Om det nu icke vore en så utomordentligt viktig sak, detta rör; om det icke anginge vår hälsa, som, enligt ordspråket, näst ett godt samvete är »vårt högsta goda», vore intet att säga.

Jag har upptagit detta ämne för att försöka göra en liten början åt det rätta hållet. Det har förundrat mig, att under det att människor med energi försöka reformera kvinnodräkten, de låta mansdräkten vara i fred. Det har visserligen icke saknats speglosor, mer eller mindre berättigade, men något praktiskt förslag till en förbättring, har jag icke kunnat upptäcka, åtminstone icke gällande oss svenskar. Jag nämnde, att det är vi läkare, som borde hafva ett ord med i laget, när det gäller att bestämma snittet för mannens kläder. Detta är man äfven ense om, när det gäller våra skodon. Man talar om »fysiologiska skodon» och menar därmed skodon, motsvarande fotens inrättning och byggnad. Och det finnes skomakare, som hafva så väl vanliga skodon som fysiologiska skodon. Men ännu aldrig har jag sett någon skräddareannons så lydande: »Här göras fysiologiska kläder.» Man har studerat och det i ordets egentliga bemärkelse den *materiella* sidan af saken, om man skall kläda sig i linne, bomull, ylle eller linneylle, men har rakt icke frågat efter, om *snittet* är tillfredställande. Det är *den* frågan, jag nu vill undersöka.

Huru bör mannens dräkt vara beskaffad till snittet för att motsvara fysiologiens fordringar?

Är detta problem möjligt att lösa? Kan det finnas en fysiologisk mansdräkt? Låtom oss se till! När det gäller modet, är det anmärkningsvärdt att studera historien och se, huru olika människorna hafva varit klädda under olika tidehvarf och detta icke bara beroende af de olika klimaten utan också i samma land. Det finnes väl få dräkter, som äro så misslyckade, låt mig från början säga det, som vår nuvarande mansdräkt. Jag vill erinra om, huru de gamle grekerna gingo klädda (fig. 1). De hade i sin vida mantel, som alla känna från de forntida taflorna, ja ock från våra kristusbilder, en dräkt, afpassad efter deras milda klimat. Den var lätt, ledig, bekväm och vacker. Den kunde draperas, så att gestalten framträdde i all sin skönhet. Den kunde också dölja en ful gestalt. Den var en nationaldräkt, som

under hela grekiska folkets tillvaro icke i något väsentligt förändrade sig. Den var således, kunna vi säga, en för grekernas klimat och för deras förhållanden fysiologisk dräkt, hvilken instinkten ledde dem till.

Fig. 1.

Fig. 2.

Fig. 4.

Fig. 3.

Fig. 5.

Man kan icke från hygienisk synpunkt framställa någon som helst berättigad anmärkning emot den samma. Och det var en vacker dräkt, ehuru det fordrades en viss skicklighet att kunna drapera sig med den.

Vi göra ett språng i tiden och komma till 1300-talet (fig. 2). Där hafva vi en herre på modet. Han uppträder i åtsittande byxor, och sannerligen, våra smala byxor äro ett inte mot den tidens smala byxor! Om vi gifva akt på vår tids sprätt (fin-de-siecle herrn) där han i sina långa båtlika skor ror fram efter gatorna, så öfverträffas t. o. m. hans skor af dessa snabelskor. I stället har det 13 århundradets man så mycket vidare ärmar, ehuru åtsittande vid handlederna. Och ovisst är, om hans dräkt är så mycket mindre praktisk än vår.

Från slutet af 1570-talet hafva vi en mycket tilltalande dräkt (fig. 3). Jag skulle vilja kalla densamma den *spanska* dräkten. Erik XIV brukar uppträda i den samma på taflor. Vi se, att den är utmärkt vacker, ändamålsenlig, enkel och elegant. Af alla dräkter

Fig. 6.

Fig. 7.

Fig. 8.

är denna den vackraste. Och det är äfven från den, jag har lånat min idé om, huru en man alltid borde vara klädd.

En dräkt är ett uttryck för ett folks lynne. Se på grekens formsköna klädedräkt! Se sedan på denna allvarliga och manliga kostym från 1575, den pösande dräkten från 1670 (fig. 4) och jämför därmed 1770-talets man (fig. 5) den tids, som utmärkte sig för sin upplysning och ytlighet i all sin förmenta visdom. Se, huru utstyrd han är! Där se vi något, vi aldrig förr hafva mött, en rock, öppen framtill och en väst — ett plagg, som förr var okändt; vidare en peruk — det naturliga håret är borta — med stångpiska, en hatt, som icke är afsedd att sätta på hufvudet, ty det skulle skada frisyren, utan att bäras i handen; för öfrigt knäbyxor och skor.

Dräkten är ganska sirlig och elegant. Hela uppenbarelsen är så konstgjord, som den gärna kan vara. Nu få vi därjämte tänka oss den grannaste färgprakt i siden och sammet, och då kunna vi

förstå, hvilken lyx 1775-års man företedde. Men så kom revolutionen, och man ville vara naturlig, så att man blef rent af barock (fig. 6). Nu tar man naturligtvis till sitt eget hår igen; men det får icke vara kort utan långt och helst okammadt. Hatten sätter man på hufvudet, en väldig tingest, och så har man en halsduk. Men för att denna icke skall vara prydlig, lägger man den i stora veck, så att den går upp under öfverläppen. Och i handen har man en väldig knölpåk. Att råka ut för denne man är ingalunda rådligt.

Men revolutionens stormar hafva gått förbi. Frankrike har åter blifvit ett ordnadt samhälle. Då möter oss en annan bild (se fig. 7). Och ovillkorligen kommer man nu att tänka på nattmösseregementet. Han går i långa byxor, denne man. Det är första gången i historien — åtminstone i den historia, jag har äran att förevisa — som vi möta långa byxor. De förekomma icke under 13:de, 15:de, 17:de århundradenas dräkter; men här hafva vi dem. Och sedan möter oss en frack med ofantligt litet lif. Det når icke ens till bakkroppen. Men så kommer ett skört, som räcker så mycket längre, en hög cylinderhatt, och så ett par tofflor.

Nu har modet under 72 år arbetat på att skapa en ny typ. Och här hafva vi honom den älskvärde sprätten i våra dagar (fin-de-siécle-herrn) med sina vida byxor, sin korta rock, sin stora käpp, sin ofantligt öppna väst och sitt skjortbröst — ja, vi känna igen honom från vår hufvudstads gator (se fig. 8).

När man ser allt detta, känner man sig frestad att fråga: hvad är sanning? Det är klart, att det icke kan vara likgiltigt från hygienisk synpunkt — jag frågar nu icke efter skönhetens synpunkt — hvilken kostym vi hafva. Det måste finnas en fysiologisk, en för vårt svenska klimat afpassad dräkt. Och hvilken kan det vara?

Jag skall be att få framställa vissa principer för beklädnaden. Blir man bara enig om principerna, kan man nog sedan få detaljerna. — Den första sats, jag ber att få uppställa, är denna: Vi skola *icke* använda »glacéhandske-principen». En glacéhandske sitter, som vi veta, åt, alldeles som vore den gjuten på handen. Och vi återfinna mer eller mindre denna princip uti vår mansdräkt. Vi kunna gå till oss själfva och betrakta vår båls beklädnad. Den sitter så tätt som möjligt, fast icke så tätt som snörlif. Men denna princip är oriktig. Det är icke meningen, att kläderna skola sitta som fastsmidda vid kroppen. Detta är ett misstag. Djurets kläder sitta åt, därför att de äro fastväxta. Men vi människor skola hafva *rymliga* kläder. Således, hvad som sitter åt, som prässar, som smyger sig efter kroppen, måste vi redan från början betrakta med misstro och detta därföre, att i synnerhet i vårt klimat det gäller att under en stor del af året genom kläderna skydda oss mot kölden. Men det är *icke våra kläder såsom sådana,* som kunna skydda oss mot kölden, utan *luften i dem.* Om vi tänka på våra fönster, hvad är det, som gör, att icke vinterkylan tränger in? Det är luften mellan fönstren, det instängda luftlagret, som utgör en dålig värmeledare. På samma sätt bör det mellan våra kläder och vår kropp finnas ett luftlager, som skyddar kroppen.

Det finnes en gammal känd saga af den bekanta Andersen om kejsarens nya kläder.*

Jag har tänkt på denna saga. Kejsarens skräddare gjorde kläder af luft. De klippte och väfde af luft. Se, det är just hvad vi skola göra. Vi skola använda *luften* för att få en dräkt, som duger? Vi skola kläda oss i luft men så, att vi på ett lämpligt sätt hålla fast luften, icke så att vi gå alldeles utan kläder. Vi skola hafva en kostym, som *stänger inne* luften, så att den *värmer*. Därför förkastar jag också för det andra alldeles den s. k. »skorstensprincipen». Denna princip är tillämpad i vår nuvarande mansdräkt. Mina armar äro inneslutna i rörpipor, och mina ben äro inneslutna i rörpipor, och rören äro öppna. Luften kommer ogeneradt in och ut. Men detta är alldeles oriktigt, om man vill hafva en varm och på samma gång lätt kostym. Vi skola i stället så mycket som möjligt söka tillämpa *säckprincipen*. Omkring mina armar skall jag göra mig en vid säck och sedan draga till den genom att knäppa en linning vid handleden. Då får jag mellan min arm och ärmen ett stort luftlager afstängdt från den yttre luften. Hvad byxorna angår, så böra vi följa samma princip. Här på bilden i fig. 4 se vi riktiga puftbyxor, åtdragna vid knäna. (Forts.)

M. Villemin.

* 1827 † 1892.

Vi prydde första sidan af vårt förra nummer med bilden af en fransk läkare för 100 år sedan. I dag införa vi bilden af en bland våra dagars franska läkare. Äfven hans namn torde vara föga kändt bland våra läsare, men det är väl kändt inom läkare-världen och värdt att kännas äfven af andra.

Inom medicinen, likasom annars i mänsklighetens lif, går utvecklingen successivt. En upptäckt, som göres, synes vara en endas verk, men ofta är denne blott den, hvilken sätter så att säga takresningen på en byggnad, som en annan redan uppfört. När Rob. Koch 1882 upptäckte tuberkelbacillen var han den, som gjorde en dylik takresning på en byggnad, hvari den franska läkaren Villemin gjort åtminstone hufvudinsatsen. Det var nämligen han, som på 1860-talet tydligen bevisade, att tuberkelsjukdomen är en smittosam sjukdom. Denna åsikt hade visserligen redan förut somligstädes varit en folkmening, men denna hade icke kunnat vetenskapligt bevisas. D:r Villemin framlade nu 1865 och 1866 i ett par afhandlingar redogörelser för af honom gjorda experimenter,

---

* Den lyder i korthet så: Det var en kejsare, som fick besök af ett par skräddare, hvilka bredde ut de grannaste mönster och erbjödo sig att göra honom en den allra praktfullaste kostym. Nu hade kejsaren en verklig vurm för granna kläder och gick in på allt. Men när allt var uppgjordt om dräkten, slutade skräddarne med att säga: »Den som är dum, ser icke de kläder, vi skola göra.» När de hade väft en tid och därtill fått en mängd guldtråd och annat, som behöfdes, och man äfven hört, huru de klippt och sytt, anmälde de, att kejsaren skulle få se sin nya dräkt. Han kom med sitt hof. — »Det var en märkvärdig dräkt,» tänkte han för sig själf, »jag ser ju ingen. Tänk om jag skulle vara dum. Det går icke an att låtsa om.» Och så förklarade han, att det var en utomordentligt vacker dräkt. — Sedan frågade han sina hofmän, hvad de tyckte. Och den ene och den andre tänkte: »Jag har aldrig trott, att jag var dum». »Så charmant,» ropade de alla. Och slutet blef, att alla gingo i procession, och att alla sade: »En sådan vacker dräkt,» tills ett litet barn ute på gatan ropade: »Men kejsaren har ju inga kläder.»

genom hvilka han ansåg sig hafva bevisat den saken. Hans åsikt rönte emellertid stark gensägelse och misstro, synnerligen som man ansåg lungsoten stå på en konstitutionell grund; men 1868 kom V. med ett nytt arbete, som bevisade, att lungsot och tuberkulos i början äro fullkomligt lokala sjukdomar, hvilka först senare kunna sprida sig i hela kroppen. År 1869 bevisade han i en ny afhandling, att de lungsotssjukes upphostning tydligen håller smittämnet. Genom experimenter på djur bevisade han alla sina påståenden. Slutligen ådagalade han äfven, att tuberklerna kunna sätta sig i körtlar, ledgångar och ben m. m. samt orsaka många af de sjukligheter, som pläga kallas skrofler. Smittans natur var sålunda visad; men själfva smittämnet (bacillen) var det Koch förbehållet att framvisa.

Villemins åsikter framkallade lifliga diskussioner i Paris medicinska akademi, på grund hvaraf kontrollförsök började göras öfverallt i lärda världen och V. fick slutligen rätt. År 1874 invaldes han till medlem i Medicinska akademien, där flera tal till hans ära ock höllos sistlidne Oktober, då budskapet kom, att han efter flera månaders plågsam sjukdom den 7 i. samma månad aflidit.

Villemin var äfven militärläkare, såsom synes af hans uniform, och fick sin utbildning i Strassburg. Sedermera förflyttades han till Paris och blef lärare vid Val-de-Gräce. Han skildras såsom en, den där i sin person förenade soldatens rättframhet, vetenskapsmannens sanningskärlek och gentlemannens vänlighet och belefvenhet. — Han sörjes af efterléfvande enka och son. Ära öfver hans minne!

Ny teori om koleran.

En korrespondent från Petersburg till »Daily Telegraph» berättar bland annat:

En ny teori om kolerasmittans ursprung har nyligen framställts vid ett sammanträde i ryska medicinska sällskapet i Petersburg af professor Nenky. Denne, ehuru icke i vidsträcktare grad känd ens inom ryska medicinska och vetenskapliga kretsar, har under de senare två åren undersökt frågan från hvarje upptänklig synpunkt och därvid haft en god hjälp i de gynnsamma förhållanden, hvarunder han arbetat, ty han är föreståndare för det bakteriologiska laboratoriet vid det institut för experimentell medicin, som tillbör prinsen af Oldenburg. Detta institut afsände fyra läkare till Baku och Astrakhan, under det kolera-epidemien rasade som häftigast i dessa städer, med instruktioner att öppna en bakteriologisk station i hvardera staden för att göra undersökningar beträffande koleran, dess ursprung och botande. Det var i de nämnda städerna som, då läkarne gjorde allt för att döda bacillerna, invånarne voro nästan ännu mer ifriga att i stället döda läkarne, och i synnerhet en af dessa senare, d:r Blostein, förtjänar mycket beröm för det lugn och den energi, hvarmed han under dessa svåra förhållanden fortsatte forskningarna, tills han uppnådde ett resultat, hvilket, efter hvad han tror, skall gifva en ny och mer fruktbringande riktning åt bakteriologernas ansträngningar att upptäcka det bästa medlet till kolerans bekämpande.

D:r Blostein fann att, då han öfverförde kolerasmitta å djur genom att inspruta under huden en infusion af Kochs baciller, fortforo djuren att lefva och frodas som vanligt — alldeles som det hände med Pettenkofer och andra motståndare till bacillteorien, sedan de sväljt hela kolonier af de Kochska kolerabacillerna. Men när insprutningen innehöll någon liten del af en kolerapatients uttömningar i stället för de artificiellt odlade bacillerna, blef resultatet en hastig död med

alla den asiatiska kolerans symptomer. Af allt detta drog d:r Blostein den slutsatsen, att, eftersom Kochs baciller funnos fullt verksamma i båda insprutningarne, men endast den senare visade sig ödesdiger, måste ytterligare något annat, troligen något slag ännu okända baciller, finnas i uttömningarna och vara orsaken till det olika förloppet. D:r B:s nästa omsorg blef sålunda att finna detta obekanta »x». Hans ansträngningar kröntes efter någon tid med framgång, och den outtröttliga forskaren upptäckte till sin glädje två fullkomligt nya mikrober, hvilkas inflytande han snart lyckades få konstateradt. Hvarje gång han inympade på djur koleragift, bestående antingen enbart af Kochska baciller eller af de båda andra nyupptäckta slagen, befunno sig djuren allt fortfarande vid god hälsa och tycktes lika litet angripna, som om de fått äta hvitbetssocker i stället för rörsocker. Om doktorn däremot förenade alla tre bacillerna i samma blandning och sedermera insprutade densamma under djurets skinn, insjuknade djuret och dog inom kort i fullt utbildad asiatisk kolera.

Slutsatsen tyckes alltså blifva, att den asiatiska koleran är resultatet af de härjningar, som tre olika mikrober anställa, då de samtidigt befinna sig i människokroppen. Häraf kommer det sig, att Pettenkofer, Emmerich och många andra ostraffadt kunnat svälja Kochska baciller i milliontal, ty dessa voro icke därvid åtföljda af de andra två slagen; af samma anledning visade sig äfven d:r Haffkines koleraskyddsympningar på patienterna resultatlösa.

Experimenter göras nu, säger korrespondenten, i ändamål att finna, huruvida en skyddsympning, vid hvilken den subkutana injektionen innehåller alla tre mikroberna tillsammans, skall kunna skydda en patient från smitta, och i så fall för huru lång tid. Resultatet af dessa experimenter, hvilka måhända kunna betyda detsamma som den asiatiska kolerans slutliga undertryckande, afvaktas med största intresse och otålighet inom Petersburgs och Moskwas medicinska kretsar.

(P. T.)

Smärre meddelanden.

Sjukligheten i riket under December månad har — enligt rapporter till Eira från 88 orter om 10,616 sjukdomsfall — varit ökad mot i November. Af de viktigare sjukdomarne hafva anmälts följande antal fall: Skarlakansfeber 495 å 43 orter, hvaraf 172 fall i Stockholm och 40 i Karlskrona mot resp. 128 och 44 under November; difteri 457 fall, hvaraf 191 i Stockholm, 48 i Gefle och 75 i Malmö mot resp. 185, 35 och 61 i November; mässling 323 fall, hvaraf 120 i Landskrona; nervfeber 97 å 33 orter; kikhosta 655, hvaraf 269 i Göteborg; ros 139, akut reumatism 354 fall; halsfluss 1,556, gastrisk feber 472, akut diarré 432 emot resp. 1,345, 443 och 1,232 fall i November; lung- och strupkatarr 3,484; lung- och lungsäcksinflammation 688; strypsjuka 32, barnsängsfeber 16 och influensa 683 fall å 42 orter (mot 240 å 39 orter i November), däraf 146 i Malmö.

Kola och Lakola. Vi ha emottagit några prof å de nu i handeln hos oss utsläppta s. k. Lakolapreparaten, som icke äro annat än preparater af Kolanöten, om hvilken i denna tidskrift ingingo meddelanden redan 1887. Vi meddela nu för dagen här ett utdrag af den engelska tidskriften »Healths» omdöme om det nya preparatet:

»Om Lakolas förträfflighet — heter det — är det numera öfverflödigt att här orda i enskildheter. Lakolan är nu allmänt erkänd att vara ett högst

värderikt medel för begränsandet af väfnadernas förstöring, och såsom stärkande födoämne har den knappt sin like. Lakolapulvret hafva vi funnit vara kraftigt och gifva en dryck af mycket angenäm smak. Däraf tillsättes en full tesked till en kopp kokande mjölk eller vatten. — Om Lakola-chokoladen uttala vi samma åsikt. Vi hafva praktiskt pröfvat detta preparats betydelse för vidmakthållandet af kroppskrafterna under ansträngningar och för att afvända hunger. Cyclister och andra, som kunna vara utsatta för att lida brist på lämplig föda under långa resor, kunna icke göra bättre än förse sig med en låda Lakolachokolad».

Lakola innehåller såsom kaffe kokain, hvilket är det upplifvande medlet däri, men därjämte kväfve såsom näringsämne, och detta i större mängd än kakao.

Breflåda.

7. **S. N.** Lösnummer af föregående årgångar säljas, om de finnas, à 15 öre pr n:r. Häft. 2 och 3 af Kvinnans släktlif finnas att få. — Af själfva boken finnes ett fåtal kompletta exemplar à 1 kr. 50 öre.

8. **Henrik.** Råd om tillfällig hjälp vid yttre skador komma naturligtvis att lämnas i bilagan. Men då »sjöfolk» också höra till folk, så lära de icke behöfva andra slags råd än andra människor.

9. **P. Wr.** Hvad angår eder klena 8-åriga flicka, så låter det, som om hon redan skulle ha den svåra form af hufvudvärk, som kallas migrän. Stärkande behandling med rörelse i fria luften, bad (synnerligen om sommaren), afrifningar på morgnarne, stark och lättsmält föda (mjölk, kött, ägg, skidfrukter) samt tidtals järnmedel, synas vara af nöden.

10. **Yngling 22 år.** Mot följdsjukdomar efter influensa göra medikamenter föga gagn. En badkur under sommaren är mest att förvänta utaf.

11. **B—n.** »Wegthans universal-badapparat» synes att döma af beskrifningen vara ganska användbar till åstadkommande af imbad inomhus för dem, som icke hafva tillgång till varm-badhus eller äro för klena att bada utomhus. Varmluftbad eller ångbad äro i många fall till stor nytta såväl vid tillfällig förkylning som vid kroniska sjukdomar t. ex. reumatism, katarrer m. m.

12. **R. Aw. E.** Tack för vänliga erkännandet! Försök gärna inpackningskurer.

13. **A. W.** Apotekare skola begagna färgad etikett för giftiga medel till utvärtes bruk, men viss färg å dem är icke föreskrifven.

En liten variation i utskrifvandet af namnet på ett medikament kan nog förekomma, utan att detta gör saken för apotekaren förvillande.

14. **A. B. C.** Ni förundrar Er, att priset å hela samlingen af Helsovännens Flygskrifter för 1892 blifvit höjdt. Det händer ofta, att prenumerationspris sättes lägre än det blifvande försäljningspriset just för att uppmuntra till prenumeration. Föröfrigt var det ifrågavarande pren:s-priset alldeles för lågt, då dessa skrifter icke på långt när fingo den förväntade stora spridningen. Men priset *kunde* icke höjas, förrän året var till ända. — Vi ångra, att vi icke höjt försäljningspriset för Helsovännen 1890 och 1891, som nu äro slutsålda, men som många fortfarande vilja köpa. Helsovännen för 1892 säljes dock ännu tills vidare med sin bilaga till oförändradt pris, 2 kr. 50 öre.

Vi torde kanske komma att utgifva ännu flera Flygskrifter, men då storlek och antal af nummer icke kunnat bestämmas, hafva de icke kunnat utbjudas till prenumeration.

15. **En prenumerant.** Vi ha icke sett, att någon läkare i Göteborg annonserat sig såsom specialist i hudsjukdomar.

16. **H. W.** Eder besvärliga matsmältning torde bero på, att Ni äter för mycket under önskan att bli fet. Ät heldre oftare och mindre i sender. Spritdrycker äro icke fettbildande. Men mjölmat, potatis, socker och fet mat äro fettbildande. Vi skola i ett annat nummer intaga regler för dem, som vilja blifva feta. Men att vara fet är icke detsamma som att vara frisk. — Försök mot eder väderspänning ett glas kallt Vichyvatten 2 timmar efter maten.

16. **Minnessvag.** Se annons och notis i detta nummer.

17. **Skogsman.** Svar i nästa nummer.

Lakola

en ny frukostdryck, — höjer alla de inre organens verksamhet, förekommer vid dagligt bruk förstöring af hjärn-, nerv- och muskelväfnaderna, samt håller hela kroppssystemet i friskt och normalt tillstånd. Lika förträffligt för den strängt arbetande, som för epikuréen. Finnes äfven i tabletter bekväma att medföra i västfickan.

Lakolapulver finnes till salu härstädes i *Sportmagasinen G. Bastman* 24 Kungsträdgårdsgatan och *M. Widforss* Wasagatan 8 och hos de förnämsta *Specerihandlarne* samt i *Malmö* å apoteket Lejonet till pris af 1 kr. pr burk.

Lakola-tabletter finnas äfven i askar à 1 kr., 50 öre eller 25 öre.

(20×4)

Lactoserin-Cacao,

sammansatt af **renaste cacao** och **lactoserin,** enligt **W. Rehnströms patent.**

Välsmakande, kraftigt närande, helsosam,

enligt analys och intyg af Professorerne C. R. Bergstrand och Olof Hammarsten, Med. Doktor Ch. Em. Hagdahl m. fl.

FABRIKS. MÄRKE.

Då **lactoserin** leder sitt ursprung uteslutande från mjölk, så är den i och för sig faktiskt närande och helsosam.

Lactoserin-Cacao, som håller betydligt mindre af det svårsmälta cacaofettet, än andra cacaosorter, är således lättsmält och att rekommendera för såväl friska som sjuka personer.

Se Helsovännen den 1 Februari 1892.

Finnes att tillgå hos Herrar Specerihandlande samt i parti hos **Th. Winborg & C:o,**
Kongl. Hofleverantör.
Stockholm.

(19×24)

Bästa skydd mot köld och värme

äro:

BENGER'S

enda äkta

Normal-Underkläder.

W. Benger Söhne. Dr. Jaegers Normal Woll System. Schutz-Marke. W. Benger Söhne Stuttgart. Alleinig concessionirt. Rein Wolle. Prof. Dr. G. Jaeger

Prisbelönta med 6 Guldmedaljer.

Illustrerad Katalog gratis.

Fabriks-Nederlag hos: G. Widinghoff,
19 Drottninggatan 19, STOCKHOLM.

General-Depôt:
GÖSTA VIDINGHOFF.

(5×5)

Impregnerade

Kappor, Res-Ulstrar, Promenad-Ulstrar
och **Öfverrockar,**
för **Damer, Herrar** och **Ynglingar.**
☞ *Helsosammaste, ändamålsenligaste, varaktigaste* **Ytterplagg.**

Impregnerade **Kapp-** och **Kostymtyger**
för **Damer** och **Herrar.**

Impregnerade **Kläden** och **andra Tyger**
till **Uniformer** och **civila Drägter**
för *Militärer, Jernvägspersonal, Skolungdom, Turister, Jägare, Velocipedister* och *öfriga Sportsmän.*

☞ *Vår impregnerings fördelar för klädesplagg:* ☜
Lätta att hålla **rena** från **dam, våt smuts** och **fläckar,** angripas ej af **mal, regntäta** men ej **lufttäta.**

☞ Mot mal och fläckar: ☜
Impregnerade **Möbeltyger och dylikt af ylle.**

Impregnerade **Hästfiltar** och **Hästregntäcken,**
☞ *varmare, helsosammare, varaktigare,* ☜
lättare att hålla *rena* och *mjuka* än vanliga.

Impregnerade **Pressenningar,**
mjuka, lätta, varaktiga, lida *ej* af köld eller värme, brytas *ej,* klibba *ej,* kunna hopläggas våta *utan att deraf skadas.*

☞ Mot regn, mögelfläckar, »jordslag» och röta: ☜
Impregnerad **Segelduk, Tältduk, Markisväf,**
af **bomull** och **linne,** genom sin större *varaktighet billigare* än oimpregnerad.

OBS.! Billiga, bestämda påskrifna nettopriser.

☞ En mängd rekommenderande *intyg* och *officiella rapporter* af *Läkare, Myndigheter, Kemister m. fl.* äro publicerade och finnas till påseende i vår nya

Utställnings- och Försäljnings-Lokal,

☞ 16 Hamngatan 16 ☜

(Sagerska huset midt för Kungsträdgården).

Svenska Impregnerings-Aktiebolaget,

(24×12) **Kongl. Hofleverantör.**

Stockholm, Hemlandsvännens tryckeri, 1893.